

Inventaris Tanggung Jawab Pribadi

Pelajaran ini memberi siswa kesempatan untuk merefleksikan diri tentang seberapa baik mereka memenuhi tanggung jawab sehari-hari melalui inventaris tanggung jawab pribadi. Siswa juga akan melakukan brainstorming cara untuk meningkatkan kinerja mereka pada satu tanggung jawab dan akan mempraktikkan kerentanan dengan mengidentifikasi seseorang yang dapat meminta pertanggungjawaban mereka atas kemajuan mereka.

Subkonsep Kebaikan

Disiplin diri

Jangka Waktu Pelajaran

30-35 menit

Bahan yang Dibutuhkan

❑ Inventaris Tanggung Jawab Pribadi

Peta Standar

Pelajaran ini selaras dengan Kompetensi CASEL, Standar Pendidikan Kesehatan Nasional, dan Standar Negara Inti Umum. Silakan merujuk ke [Peta Standar](#) untuk informasi lebih lanjut.



**DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN SOSIAL DAN
EMOSIONAL.**

Lihat halaman terakhir untuk detailnya.

Tujuan Pelajaran

Siswa akan:

- Merefleksikan pemenuhan tanggung jawab pribadi.
- Mengidentifikasi strategi untuk tanggung jawab perbaikan diri.
- Menghubungkan konsep tanggung jawab dan akuntabilitas.

Koneksi Guru / Perawatan Diri

Bukan kebetulan bahwa bagian pertama dari kata tanggung jawab adalah kata tanggapan. Kita bertanggung jawab atas bagaimana kita menanggapi orang lain. Meski bisa menjadi perjuangan, menanggapi dengan kebaikan adalah hadiah sejati yang bisa kita berikan kepada orang-orang di sekitar kita. Keindahan dari tanggapan ini adalah benar-benar gratis untuk Anda dan penerima! Perubahan sikap, penyesuaian perspektif Anda, tarik napas panjang sebelum bereaksi: semua tindakan ini memungkinkan Anda merespons dengan kebaikan terlepas dari situasi yang dihadapi. Yang mengatakan, beberapa orang dan situasi mungkin mengharuskan Anda untuk menggali lebih dalam untuk memunculkan kebaikan yang dibutuhkan untuk menjaga nada tetap ceria. Jangan putus asa! Anda dapat memimpin dengan kebaikan dalam setiap situasi. Kuncinya adalah merencanakan ke depan. Minggu ini, curahkan pendapat tentang situasi sulit yang sering membuat Anda bergumul dengan tanggapan yang baik. Bagaimana Anda bisa menambahkan kata yang baik dalam skenario ini? Berikut adalah beberapa contoh untuk membuat jus Anda mengalir. 1) Jika seseorang cenderung mengeluh, bina mereka dengan kebaikan dan sarankan agar mereka mencoba menciptakan sesuatu untuk memperbaiki/menyesuaikan/mengganti bidang yang menjadi perhatian. 2) Jika rapat tim sering berakhir dengan kedua belah pihak menjadi konfrontatif, rencanakan terlebih dahulu untuk menuliskan kontribusi pemikiran dari setiap anggota dan kemudian sorot kesamaan dalam grup untuk meningkatkan kepercayaan. Sekarang giliran Anda. Bagaimana Anda bisa menanggapi dengan kebaikan?

Kiat untuk Pembelajar yang Beragam

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Siswa yang kesulitan membaca mungkin memerlukan bantuan untuk membaca lembar kerja Inventarisasi Tanggung Jawab Pribadi; ini dapat dilakukan dalam pengaturan kelompok besar di mana guru membacakan setiap tanggung jawab dan memberikan waktu kepada siswa untuk menjawab secara pribadi.



Membagikan

5-7 menit

Dalam pelajaran terakhir kami, kami melakukan Inventarisasi Lingkungan di sekolah ini. Sejak pelajaran itu, apa yang telah Anda semua lakukan untuk lebih bertanggung jawab terkait dengan cara kita merawat Bumi dan lingkungan?

Undanglah siswa untuk berbagi.

Bukankah menyenangkan untuk lebih disengaja dan bertanggung jawab tentang bagaimana kita membantu Bumi?



Mengilhami

7-10 menit

Sekarang kita akan melakukan Inventarisasi Tanggung Jawab Pribadi. Kami akan mengambil beberapa menit untuk menjawab beberapa pertanyaan tentang tanggung jawab pribadi kami yang kami miliki di sini di sekolah, di rumah, dan di komunitas kami. Ingat, dalam pelajaran pertama kita menuliskan beberapa tanggung jawab kita dan kemudian berbicara tentang bagaimana kita harus mendisiplinkan diri untuk memastikan bahwa kita memenuhi tanggung jawab kita. Namun, kami tidak benar-benar mengevaluasi seberapa baik kami mengelola tanggung jawab kami secara teratur. Jadi, hari ini kita akan meluangkan waktu untuk mengevaluasi secara jujur seberapa baik yang kita lakukan dengan tanggung jawab kita sehari-hari.

Bagikan Inventarisasi Tanggung Jawab Pribadi dan beri siswa waktu 3-5 menit untuk menyelesaikannya. Mungkin lebih cepat jika Anda membacakan setiap tanggung jawab dengan lantang; atau, Anda dapat memberi siswa waktu untuk membaca dan merenungkan masing-masing dalam hati.



Memberdayakan

10-15 menit

Mari evaluasi inventaris kita sekarang! Hitung total Anda untuk setiap kolom dan tuliskan di baris terakhir itu.

Beri siswa satu menit untuk melakukan ini.

(Opsional) Undanglah siswa untuk membagikan beberapa hasil mereka. Mungkin Anda membaca setiap tanggung jawab lagi dan meminta siswa untuk selalu mengangkat tangan, kebanyakan, jarang, tidak pernah. Undanglah siswa untuk membagikan bagaimana/mengapa mereka menandai tanggapan mereka. Jika Anda merasa ini terlalu mengekspos siswa secara pribadi, lewati saja kegiatan ini.

Sekarang, kita akan berbicara tentang tanggung jawab lain yang disebut akuntabilitas. Ketika kita bertanggung jawab atas sesuatu, kita juga bertanggung jawab untuk itu, artinya orang mengandalkan kita untuk melakukan apa yang kita katakan akan kita lakukan. Dan, jika kita tidak

melakukan apa yang perlu kita lakukan, kita akan mengecewakan orang lain atau menciptakan lebih banyak pekerjaan atau stres bagi orang lain. Adalah baik untuk meminta orang lain membantu kita bertanggung jawab atas tanggung jawab kita.

Siapakah beberapa orang yang meminta pertanggungjawaban Anda atas tanggung jawab yang Anda miliki?

Undang tanggapan siswa. Jawaban seperti orang tua, guru, teman, atau pelatih mungkin disorot.

Sekarang, akulihat inventaris Anda lagi. Identifikasi satu tanggung jawab yang Anda tandai di kolom paling sering, jarang, atau tidak pernah yang ingin Anda kerjakan untuk membuat “Selalu”. Kemudian, jawab tiga pertanyaan refleksi di bawah inventaris Anda. Pertanyaan terakhir meminta Anda untuk mengidentifikasi satu orang yang dapat membantu Anda bertanggung jawab untuk melakukan pekerjaan yang lebih baik dalam bertanggung jawab atas tugas yang Anda pilih. Bagian dari pekerjaan Anda hari ini adalah meminta orang yang Anda identifikasi untuk membantu Anda dengan tanggung jawab ini.

Beri siswa waktu untuk menjawab tiga pertanyaan refleksi; mengapung ruangan untuk membantu dan mendorong.



Mencerminkan

5-7 menit

Ajaklah beberapa siswa untuk membagikan refleksi mereka. Ingatkan siswa bahwa mereka hendaknya bertanya kepada orang yang mereka identifikasi sebagai mitra akuntabilitas mereka jika mereka mau membantu siswa melakukan pekerjaan yang lebih baik dalam memenuhi tanggung jawab yang ingin mereka tingkatkan.



Ide Ekstensi

- Mintalah siswa menulis surat kepada mitra akuntabilitas mereka menjelaskan tantangan tanggung jawab dan bagaimana mereka dapat membantu. Mintalah siswa mengirimkan surat mereka.
- Mintalah siswa membagikan inventaris mereka dengan orang tua/wali mereka dan diskusikan hasilnya.
- Untuk ekstensi matematika, kumpulkan data inventaris dan buat grafik hasilnya untuk seluruh kelas.



DITUNJUK OLEH CASEL
SEBAGAI PROGRAM YANG
DIREKOMENDASIKAN
UNTUK PEMBELAJARAN
SOSIAL DAN EMOSIONAL.

Kolaborasi untuk Pembelajaran Akademik, Sosial, dan Emosional (KASEL) telah meninjau program SEL berbasis bukti sejak tahun 2003. Kindness in the Classroom® memenuhi Program SElect CASEL dan disertakan dalam Panduan CASEL untuk Program Pembelajaran Sosial dan Emosional yang Efektif.

Kebaikan di Kelas® memenuhi atau melampaui semua kriteria CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi. Kebaikan di Kelas® menerima sebutan tertinggi CASEL untuk pemrograman SEL berkualitas tinggi.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

Inventaris Tanggung Jawab Pribadi

Beri tanda “X” di kolom yang paling mewakili pengalaman rutin Anda.

Tanggung jawab	Selalu	Sebagian besar	Jarang	Tidak pernah
Ketika orang tua atau wali saya meminta saya untuk melakukan pekerjaan rumah (seperti menata meja, mencuci piring, membersihkan kamar, dll), saya langsung melakukannya tanpa mengeluh atau bernegosiasi.				
Ketika guru saya memberi saya pekerjaan rumah, saya langsung melakukannya di rumah tanpa peringatan atau tekanan dari orang tua/wali saya.				
Saya menggunakan tolong, terima kasih, dan Anda dipersilakan dengan tepat tanpa pengingat.				
Ketika saya berada di tim olahraga, mengambil pelajaran musik, dalam kelompok teater, atau terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler lainnya (komunitas atau keagamaan), saya mendengarkan instruktur/pemimpin/pelatih, mengikuti peraturan, dan memberikan 100% setiap saat.				
Saya mengikuti aturan dan memberi contoh yang baik untuk orang lain (termasuk keluarga dan teman).				
Saya tetap fokus di kelas dan tidak pernah melamun atau berharap saya melakukan sesuatu yang lain.				
Saya menyikat gigi setiap pagi dan setiap malam.				
Saya makan makanan sehat dan bermain atau melakukan aktivitas untuk menjaga tubuh tetap kuat.				
Saya berbicara dengan tenang kepada saudara atau orang tua saya, bahkan ketika saya sedang marah.				

Saya menjaga kamar saya bersih dan teratur.				
Ketika saya mengeluarkan sesuatu (di rumah atau di sekolah), saya mengembalikannya ke tempat saya menemukannya dan dalam kondisi yang sama dengan saat saya menemukannya.				
Jika saya melihat seorang siswa di sekolah bersikap tidak baik kepada siswa lain, saya akan mengatakan sesuatu.				
Jika saya melihat sampah di luar di tanah, saya memungutnya dan memasukkannya ke tempat sampah terdekat.				
Ketika saya meninggalkan ruangan, saya mematikan lampu (jika tidak ada orang lain di dalam ruangan).				
Saat saya menyikat gigi atau mencuci tangan, saya tidak membiarkan air mengalir dalam waktu lama.				
Saya menjadi sukarelawan di komunitas saya untuk membantu orang lain.				
JUMLAH				

Refleksi Tanggung Jawab

1. Apa SATU tanggung jawab yang dapat Anda tingkatkan?
2. Bagaimana Anda akan meningkat?
3. Siapa yang akan Anda minta untuk menjadi mitra akuntabilitas Anda?
Ini haruslah orang yang akan membantu Anda menjadi lebih bertanggung jawab atas tugas khusus ini.